



Las Academias Deportivas buscan el óptimo desarrollo del estudiante mediante la práctica deportiva, ayudando tanto al desarrollo físico como emocional y social. Algunos beneficios que nos otorgan es la **mejora de la salud física, fortaleciendo el sistema muscular y óseo, mejora la coordinación y habilidades motoras**, nos ayuda con la **disciplina y perseverancia**, al establecer metas y trabajar duro para alcanzarlas. También al desarrollo de la **autoestima, confianza y habilidades sociales**, trabajando en equipo, la cooperación y comunicación efectiva. Nuestros Profesores, Monitores y Técnicos cuentan con la idoneidad requerida para realizar de forma efectiva, responsable cada una de las academias deportivas.

POLIDEPORTIVO

La Academia Polideportivo consiste en acercar a los estudiantes al mundo del deporte, enseñado mediante juegos y actividades fundamentos básicos del voleibol, fútbol, básquetbol y atletismo, ayudando al desarrollo de habilidades motoras y fomentar habilidades sociales junto a sus compañeros y compañeras.

Esta Academia tiene como fin intentar estimular la acción motora principal para el desarrollo de la práctica deportiva en diferentes disciplinas como voleibol, básquetbol, atletismo, gimnasia entre otros, en donde en el lapsus del año el alumno podrá experimentar las diferentes actividades mediante estimulación temprana, juegos y desafíos lúdicos.

Esta disciplina se dividirá acorde a los niveles:

Polideportivo Ciclo Inicial



PATINAJE ARTÍSTICO

El Patinaje Artístico sobre ruedas es un deporte que combina habilidades de equilibrio, técnica de patinaje, saltos y giros, danza, coreografía y vestuario. Los patinadores deben ser capaces de realizar movimientos elegantes y fluidos mientras coordinan sus movimientos con la música.

Para esta academia es necesario que el alumno (a) posea los siguientes implementos: patines de 4 ruedas, rodilleras y coderas. En caso de participar en presentaciones junto al profesor/a determinarán y coordinarán el tipo de vestimenta que se deba requerir, como así los costos en inscripción en caso de existir algún tipo de competición extra academias, la participación en competencias es optativo.



Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Patinaje Artístico 1 (1° a 2° básico)

Patinaje Artístico 2 (3° a 4° básico)

Patinaje Artístico 3 (5° a 8° básico)

CHEERLEADING

El Cheerleading es un deporte que requiere una combinación de habilidades físicas, acrobáticas y de danza, así como habilidades de animación y espíritu de equipo. Las Cheerleaders deben trabajar juntas para realizar rutinas impresionantes y motivar a los aficionados y al equipo durante los juegos.

La Academia de Cheerleading se divide en grupos de iniciación y grupos avanzados que por lo general participan de competencias durante el año, instancias en las que existen costos asociados como inscripción, trajes entre algunos no considerándose como costo de academia sino del apoderado participante.

Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Cheerleaders Mini (1° a 3° básico)

Cheerleaders Junior (4° a 8° básico)

Cheerleaders Senior (7° a 4° medio)

Cheerleaders Youth initiation (4° a 6° básico)



ATLETISMO

El atletismo es un deporte que requiere una combinación de habilidades físicas, técnicas y de entrenamiento para lograr un buen rendimiento. Incluye una amplia variedad de disciplinas, cada una con sus propios fundamentos y técnicas, tales como: carrera, saltos, lanzamientos, técnica de carrera, entrenamiento adecuado para mejorar su técnica, fuerza y resistencia.



La práctica constante y el enfoque en los fundamentos son esenciales para alcanzar el éxito en esta disciplina deportiva.

Esta Academia igual puede llegar a tener algún tipo de participación durante el año, mediante invitaciones al apoderado se determinará la actividad a participar, en las actividades que se realizan el fin de semana los apoderados acompañan a sus hijos/as.

Para participar de la Academia se puede asistir con el buzo, short y polera del Colegio, cualquier otra implementación extra que se requiera será de costo del apoderado.

Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Atletismo 1 (1° a 2° básico)

Atletismo 2 (3° a 4° básico)

Atletismo 3 (5° a 8° básico)

VOLEIBOL DAMAS

El voleibol es un deporte de equipo en el que dos equipos de seis jugadores se enfrentan en una cancha dividida por una red.

Algunos de los fundamentos básicos de este deporte son el servicio, pase, remate, bloqueo, defensa, rotación.

El deporte también involucra habilidades como la comunicación, la coordinación y la estrategia para lograr la victoria en el campo de juego.

Esta academia en el caso de voleibol damas puede ser parte de algún tipo de competencias con diferentes grupos tanto novicio como avanzado.



Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Voleibol Damas (5° a 8° básico)

Voleibol Damas Enseñanza Media

FÚTBOL

El fútbol es un deporte de equipo que requiere una combinación de habilidades individuales y trabajo en equipo. Los jugadores deben aprender los fundamentos del pase, control, técnica de tiro y defensa, mientras desarrollan su habilidad individual y estrategia de equipo. Además, deben tener una buena condición física para rendir al máximo durante todo el partido.

Los estudiantes deberán poseer los implementos mínimos para ser partícipe de la academia, tales como canilleras, zapatos de fútbol o zapatillas adecuadas los cuales serán de costo de los apoderados.

Esta academia en el caso del Fútbol Damas puede ser parte de algún tipo de competencias con diferentes grupos tanto novicio como avanzado.



Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Fútbol Ciclo Inicial

Fútbol Pre mini nominados

Fútbol Mixto (1° y 2° básico)

Fútbol Mixto (3° y 4° básico)

Fútbol Damas (5° a 8° básico)

Fútbol Damas Media

El Fútbol PreMini Es una academia con participación en competencias, este grupo es designado por el Profesor de Selección a cargo, en donde por medio de una lista y compromiso los alumnos participan activamente de entrenamientos y campeonatos para la categoría. Para ser parte se debe costear la indumentaria deportiva necesaria para el desarrollo del deporte de esta disciplina deportiva, todo de cargo del apoderado.

TAEKWONDO ATA



Taekwondo ATA se enfoca en el desarrollo de la persona en su totalidad, no solo en el aspecto físico sino también en el mental y emocional. Busca fomentar el crecimiento personal de los estudiantes, ayudándolos a alcanzar sus metas y a ser personas más seguras y confiadas.

Enfocado en el entrenamiento riguroso de técnicas y movimientos de Taekwondo, así como en el desarrollo de la fuerza, la flexibilidad y la resistencia. La disciplina

y el respeto como valores fundamentales.

Los alumnos tendrán la posibilidad de ir sumando grados mientras están en la academia, para ello podrán acceder voluntariamente a pruebas al término del semestre las cuales tendrán un costo extra de cargo del apoderado, al igual si requiere comprar los implementos para la práctica los cuales no son obligatorios, pudiendo asistir con buzo de Educación Física.

Taekwondo (1° Y 2° básico)

Taekwondo (3° Y 4° básico)

Taekwondo (5° Y 6° básico)

BÁSQUETBOL

El básquetbol es un deporte de equipo en el que dos equipos de cinco jugadores se enfrentan.

Algunos de los fundamentos básicos de este deporte son el dribling, pases, tiros, rebotes, defensas y estrategias ofensivas. El deporte también involucra habilidades como la comunicación, la velocidad, la resistencia y la agilidad para lograr la victoria en el campo de juego.

En las academias del Primer Ciclo los estudiantes podrán disfrutar de la iniciación al deporte, en donde podrán poner en práctica fundamentos primarios del básquetbol, como también ocasionalmente de algún tipo de competencia deportiva.



Esta academia en el caso de Básquetbol Damas de 5° a 8° Básico puede ser parte de algún tipo de competencias con diferentes grupos tanto novicio como avanzado, este grupo puede participar con buzos, short y polera del Colegio en los horarios de academia, el equipo personalizado es de costo del apoderado y será requerido en caso de aceptar que el alumno participe en algún tipo de competición.

Esta disciplina se impartirá acorde a los niveles:

Básquetbol Mixto (1° y 2° básico)

Básquetbol Mixto (3° y 4° básico)

Básquetbol Mixto (5° a 8° Básico)

Básquetbol Damas (5° a 8° básico)

El fomentar el deporte es muy importante en el desarrollo de cada uno de los estudiantes, ya sea a niveles formativos como en cada academia, pero también es importante en aquellas academias que tienen la posibilidad de competencia, puesto es en esos momentos en donde se puede aprender más del deporte, sus reglas y espacios a desarrollar, más aún la interacción con estudiantes de otros centros educativos. La participación en competencias por miembros de las academias es una importante decisión, pero también de gran responsabilidad, por lo cual es de carácter opcional si el estudiante quiere ser parte de estas experiencias que se van desarrollando a lo largo de las academias.

La Coordinación de las Academias está a cargo de Mr. Jorge Mansilla y el correo de comunicaciones es academias.deportivas@lchuechuraba.cl



JORGE A. MANSILLA GONZÁLEZ
Gerente Deportivo
Lincoln College